

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus adalah penyakit kronis yang kompleks yang ditandai oleh hiperglikemia karena gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Keadaan hiperglikemia kronis dari diabetes melitus berhubungan dengan kerusakan jangka panjang, gangguan fungsi dan kegagalan berbagai organ, terutama mata, ginjal, saraf, jantung, dan pembuluh darah (*American Diabetes Association, 2017*). Diabetes mellitus adalah kondisi kronik peningkatan glukosa dalam darah yang tinggi melebihi dari batas normal dan disertai dengan berbagai kelainan metabolik.

International Diabetes Federation (2017) mencatat secara global terdapat sekitar 425 juta jiwa, atau 8,8% jiwa usia dewasa 20-79 tahun diperkirakan telah menderita penyakit diabetes melitus, jika hal ini terus berlanjut diproyeksikan pada tahun 2045 pasien diabetes melitus menjadi 629 juta jiwa yang berusia 20-79 tahun sehingga dapat mengakibatkan terjadi peningkatan kasus pasien diabetes melitus hingga ke wilayah yang tingkat pendapatannya menengah sampai tingkat pendapatan rendah. Di kawasan Asia Pasifik pada tahun 2017 jumlah pasien diabetes melitus sebanyak 159 juta jiwa dan diperkirakan akan mengalami peningkatan sebesar 15 % atau sebanyak 183 juta jiwa pada tahun 2045. Indonesia juga tercatat sebagai Negara dengan pasien diabetes melitus yang menduduki peringkat keenam dari sepuluh besar Negara di dunia yang penduduknya sudah

terdiagnosis diabetes melitus, pada tahun 2017 tercatat sekitar 10,3 juta penduduk Indonesia menderita diabetes melitus.

Menurut catatan dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Tahun 2018 mencatat Provinsi Bali memiliki prevalensi DM sebanyak 1,8%. Dinas Kesehatan Provinsi Bali mencatat pada tahun 2016 jumlah kunjungan pasien Diabetes Mellitus sebanyak 12.553 orang sedangkan pada tahun 2017 diabetes mellitus type II menempati urutan ke sembilan pada 10 besar penyakit yang ada di Provinsi Bali dengan jumlah 16.254 orang. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar Tahun 2018 mencatat jumlah pasien Diabetes Mellitus sebanyak 26.782 orang. Menurut hasil studi pendahuluan peneliti pada tanggal 22 Januari 2018 diperoleh data jumlah pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Gianyar I dengan jumlah penderita pada tahun 2018 sebanyak 2.633 orang.

Menurut Soegondo (2009) penderita diabetes terutama yang mengalami komplikasi, mempunyai risiko depresi tiga kali lipat dibandingkan masyarakat umum. Komplikasi diabetes dapat menyebabkan kehidupan sehari-hari yang lebih sulit sehingga menimbulkan kesedihan yang berkepanjangan.

Depresi lebih umum terjadi pada pasien dengan penyakit kronis salah satunya adalah diabetes mellitus. Bukti bahwa gejala depresi yang timbul pada pasien diabetes mellitus mempengaruhi gejala fisik terkait dengan regulasi glukosa melalui jalur perawatan diri yang lebih buruk. Hal tersebut terjadi karena kurangnya pemantauan dari aspek psikologi terutama skrining depresi pada pasien penyakit kronis yaitu diabetes mellitus (Maekowitz, 2011).

Pemberian intervensi yang berhubungan dengan penanganan masalah psikologi pada pasien diabetes melitus akan memberikan kontribusi yang besar

terhadap manajemen perawatan diri pasien (Oieru, Popa, and Vlad, 2014). Mengatasi dampak dari depresi pada pasien diabetes melitus diperlukan upaya manajemen stress pada pasien diabetes melitus. Salah satunya dapat dilakukan dengan meditasi.

Menurut hasil penelitian Thomas (2017) yang berjudul *Brief Mindfulness Meditation for Depression and Anxiety Symptoms in Parents Undergoing Hemodialysis* dengan subjek penelitian sebanyak 179 orang didapatkan hasil sebanyak 98 orang mengalami depresi normal, sebanyak 60 orang mengalami depresi sedang dan 20 orang yang mengalami depresi ringan . Hasil dari perlakuan meditasi terhadap depresi ($p=0,45$). Dari penelitian tersebut diperoleh bahwa Mindfulness Meditation dapat menurunkan depresi. Berdasarkan hasil penelitian ini, meditasi mindfulness tampaknya layak dan diterima dengan baik pada pasien dengan depresi.

Menurut hasil penelitian Fendina (2018) yang berjudul “*Efektivitas Pelatihan Meditasi Pernafasan Dalam Menurunkan Stress Pada Pendukung Sebaya ODHA*” mengatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan antar kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Dari penelitian ini juga diketahui bahwa ukuran pengaruh latihan meditasi pernafasan pada stress menurun sebesar 64% dengan demikian dapat dinyatakan bahwa latihan meditasi pernafasan efektif dalam mengurangi stress pada dukungan teman sebaya ODHA.

Penanganan pertama pada pasien diabetes melitus di UPT Kesmas Gianyar I yaitu dengan pemberian obat golongan antidiabetes sulfonilurea yaitu metformin dan glibenclamide untuk mengontrol glukosa darah, mengecek kadar glukosa darah, serta melakukan perawatan luka apabila ada pasien diabetes

melitus yang mengalami *diabetic foot*. Setelah pemberian penanganan tersebut, pasien tidak diberikan intervensi lain dan belum pernah menerapkan pemberian latihan meditasi *healing exercise* dalam penanganan depresi pada pasien diabetes melitus.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Meditasi Healing Exercise terhadap depresi pada pasien Diabetes Mellitus di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar 1 Tahun 2019”.

A. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada pengaruh meditasi healing exercise terhadap depresi pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I tahun 2019 ?

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini adalah untuk membuktikan pengaruh meditasi healing exercise terhadap depresi pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I pada tahun 2019.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus penelitian ini antara lain :

- a. Mengukur tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus sebelum diberikan meditasi *healing exercise* di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I tahun 2019.

- b. Mengukur tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus setelah diberikan meditasi *healing exercise* di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I tahun 2019.
- c. Menganalisis hubungan usia terhadap depresi pasien diabetes mellitus sebelum diberikan meditasi *healing exercise* di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar 1 Tahun 2019.
- d. Menganalisis hubungan jenis kelamin terhadap depresi pasien diabetes mellitus sebelum diberikan meditasi *healing exercise* di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar 1 Tahun 2019.
- e. Menganalisis hubungan pekerjaan terhadap depresi pasien diabetes mellitus sebelum diberikan meditasi *healing exercise* di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar 1 Tahun 2019.
- f. Menganalisis hubungan pendidikan terhadap depresi pasien diabetes mellitus sebelum diberikan meditasi *healing exercise* di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar 1 Tahun 2019.
- g. Membuktikan pengaruh meditasi *healing exercise* terhadap depresi pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja UPT Kesmas Gianyar I Tahun 2019.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian bermanfaat untuk mengembangkan ilmu keperawatan khususnya ilmu keperawatan jiwa (psikososial) dalam mengembangkan asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus yang berkaitan dengan aspek psikologinya agar diperhatikan supaya kesehatan mental pasien dapat ditingkatkan.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian akan memberikan informasi dan alternatif mengenai terapi meditasi sehingga masalah psikologi pasien diabetes mellitus dapat diatasi sehingga penelitian ini akan menjadi acuan untuk perawatan psikologi pasien diabetes mellitus yang dapat dilakukan pasien secara mandiri.

